

设计心理学在家居设计中的应用研究

朱昌军

(东莞市轻工业学校, 广东 东莞 523000)

摘要: 目前中国是世界上人口老龄化速度最快的国家, 老年人口的照顾与护理问题, 是将来要持续关注的重点问题。在此背景下, 居家养老是绝大部分老年人的选择, 家居环境的设计将直接关系到老年人的身心健康, 必须对此提出更高的要求。方法本文旨在针对老年群体在居家生活中的心理需求, 从心理学的角度对经常出现的心理问题进行分析, 采用心理学的设计方法和阶段性的环境设计研究, 分析老年人的居家环境。结果从设计心理学的角度出发, 运用设计心理学的方法与步骤进行了老年居家环境设计的研究与分析, 提出了在满足适老性因素的功能基础上老年家居环境设计中还需改进的设计要点, 以创建更佳的养老环境, 切实关注老年人的心理健康。结论将设计心理学的原则和方法智能地融入老年人家居环境的设计中, 实现身心的全面健康, 有效增强老年人在家的幸福感。

关键词: 设计心理学; 老年人; 家居设计

专家表示, 到2022年底, 中国60岁以上的人口将接近3.5亿。并将在未来10年继续以1200万的速度增长。面对老龄化的严峻挑战, 国家采取了积极有效的措施来解决这一问题, 2017年公布的《国务院办公厅关于制定和实施养老服务项目的意见》指出, 要大力发展老年人护理服务, 促进养老社区的生存能力, 实现老年人的幸福。目前, 应考虑到老年人的实际需求, 努力满足老年人的心理需求、老年人日常生活中的情感和精神需求, 在落实住宅功能要求的基础上, 努力解决或缓解人的年龄不可避免地出现的各种心理问题。

一、设计心理学概述

(一) 设计心理学概念

设计心理学是一门研究人类心理与设计之间相互关系的学科, 它主要关注如何通过设计来满足人们的需求, 提高人们的生活质量。设计心理学强调以用户为中心的设计理念, 注重从用户的角度出发, 分析他们的心理需求、行为习惯等因素, 从而达到人与物、人与人、人与环境。设计心理学包括数理统计、心理测量法、模型法、实验法、观察法等方法, 其在家居设计的应用, 同样扮演着重要的角色, 它能够帮助设计师更好地理解老年人的心理需求, 从而为他们创造出更加舒适、安全、便捷的居家环境。

(二) 老年家居环境案例分析

老年人的身体相对更容易疲劳, 随着退休, 老年人待在家里的时间也更长。随着年龄的增长, 老年人有不同的生理需求和新的观念、态度, 加之不同的个性心理和心理过程, 产生了不同的心理行为。然而, 在老年人的家中, 往往受到居住空间设计不良的影响, 存在许多潜在的不愉快因素, 会导致或加剧老年人的孤独空虚、焦虑、抑郁和悲伤等不良心理和情绪现象。

设计不仅仅是个人的艺术审美项目, 也不仅仅是实现与环境的统一, 更是使用者的基本需求。老年人相对于年轻更加喜好稳重的家居风格, 他们的情绪对环境的影响更为敏感。从长远来看, 色彩在空间中的排列方式相当明显, 会不断刺激老年人的眼睛, 导致大脑更加焦虑和烦躁, 不利于调节睡眠。例如, 与右图(见图2)相比, 左图的配色方案和风格选择(见图1)会让老年人感到更舒适和放松。相比之下, 左图中的卧室在空间上看起来简单而温暖, 这是一个理想的空间, 可以缓解老年人的失眠。家具布置和空间规划的设计可能会导致家具数量过多或比例不合理, 从而导致视觉过载和行动受限带来的不适现象, 这使老年人容易易怒和精神抑郁。空间使用不当和过度空虚也会加剧老年人的孤独感和空虚感。这些隐藏在当代住宅设计中的常见问题, 破坏了老年人的心理甚至身体健康, 因此, 室内设计师应该注意老年人的家居环境设计。



图1 图2

(三) 老年人心理与情感特点

老年人的心理状态和情绪特征受自身生理因素和外部社会环境的影响, 心理安全感较低, 老年焦虑、老年抑郁等问题严重。老年人作为设计心理学概念中的设计主体, 其在居家生活中, 由于身体机能的下降和社会角色的转变, 会产生一系列的心理需求。首先, 他们渴望得到尊重、关爱和安全感, 希望与家人、朋友保持联系, 也需要有一个舒适、方便的生活环境来应对日常生活中的各种挑战。其次, 老年人情绪的强度和稳定性不容易控制, 因此情绪很容易变化得太快或太慢, 而不断变化的环境往往会引发紧张、焦虑和怀疑, 进而导致老年人的焦虑。再次, 退休综合症是许多老年人面临的问题, 记忆力和心理能力的丧失也会导致老年人的失落感和自卑感。最后, 空巢综合症使老年人更需要社会, 渴望归属和尊重, 如果老年人的心理期望得不到满足极易造成老年人的孤单寂寞感, 这些问题的长期存在增加了患老年抑郁症的可能性, 以及它对老年人造成的身体和心理伤害。因此, 在设计老年人的家居环境时, 设计师需要充分考虑这些心理需求, 通过设计来满足老年人的情感和精神需求, 提高他们的生活质量和幸福感。

二、以老年人心理需求为基准的家居环境设计

(一) 基于老年人心理需求的家居设计原则

1. 安全性原则

老年人的身体机能下降, 行动能力减弱, 因此在设计家居环境时, 必须首先考虑安全性。这包括防滑处理、无障碍设计、紧急救援设备等方面。例如, 卫生间和浴室地面应使用防滑材料, 家具边角应做圆润处理, 避免老年人受伤。同时, 应在明显位置设置紧急呼叫按钮, 以便老年人在遇到危险时能够及时求助。

2. 舒适性原则

老年人的身体和心理都需要得到充分的休息和放松, 因此家居环境的设计应注重舒适性。这包括合理的空间布局、柔和的色彩搭配、充足的自然光线等方面。例如, 卧室应设计得宽敞明亮, 床铺应软硬适中, 以保证老年人的睡眠质量。同时, 家具的材质和颜色也应选择温馨舒适的, 让老年人在家中感到轻松愉悦。

3. 适应性原则

老年人的身体机能和兴趣爱好会随着年龄的增长而发生变化,因此家居环境的设计应具有一定的适应性。这包括可调节的家具、可变换的空间布局等方面。例如,沙发和餐桌的高度应适中,方便老年人起坐;书房应设置可调节的照明设备,以适应老年人不同时间段的阅读需求。

4. 智能化原则

随着科技的发展,智能家居逐渐进入人们的日常生活。对于老年人来说,智能家居能够为他们提供更加便捷、安全的生活体验。例如,智能照明系统可以根据老年人的生活习惯自动调节光线亮度和色温;智能安防系统可以实时监测家中的安全状况,保障老年人的安全。

(二) 基于老年人心理需求的家居设计要点

1. 家居放置及空间布置

在设计老年人居家生活环境时,作者根据老年人的直接感受和这两方面的潜在影响,总结了设计的几个方面。首先,在老年人的起居生活区域中,应当避免过度拥挤和紧迫感,或过度空旷和核心完整;其次,根据老年人的肢体动作和行为习惯数据,摆放家具和选择合适的尺寸,确保在家生活在身体和心理上都是健康的,空间紧凑合理,生活在家的人心理上舒适和满意。空间紧凑,适合老年人的心理满足。

2. 色彩风格搭配

在老年人的起居室中使用暖色调,可以缓解孤独感和抑郁情绪,在网站、餐厅和其他动态区域使用相对较高的颜色厚度将相对较低,调节老年人在不同活动中的情绪和状况,并尊重共同的结构和统一性。除了仔细选择颜色外,还必须确保对该区域的了解,这是老年人的常见心理要求。家里的旧东西给人一种亲密感,老年人的适应能力相对较弱,而家居室内适当保持一些旧物件容易引起老人的情感共鸣,老年人所熟悉的环境应该尽可能地保持,以创造更多的舒适感和依赖感。

3. 安全与无障碍设施保障

安全和安保设备以及饮料设备的使用是满足老年人心理安全的关键,从全家操作的平稳性开始,并考虑到使用无效手推车或步行的便利性,安装碰撞信号等相关医疗设备以确保老人出现意外时候的救援时效性,并确保安全系统感到适应。老年人可以在家里感到舒适,并有一种适应日常使用的安全系统的感觉。轮椅的灵活和简单适应使老年人能够最大限度地提高自我行动能力和自我生活,从而减少因老龄化而导致的丧失工作能力和疏忽的复杂性。确保和加强老年人在家的安全,创造了一个适合老年人的环境,让他们感到依赖和安全。

4. 照明设计

照明设计对于老年人的家居环境至关重要。充足的自然光线能够让老年人感到舒适、愉悦,而合理的照明布局则能够减少他们的视觉疲劳和不适感。设计师应根据老年人的视觉特点和生活习惯,选择合适的照明方式和灯具。例如,在卧室设置柔和的暖色调照明,营造温馨的睡眠环境;在客厅设置多层次的照明,满足老年人不同时间段的阅读、娱乐等需求。同时,设计师还应考虑使用智能照明系统,根据老年人的生活习惯自动调节光线亮度和色温,为他们提供更加舒适、便捷的照明体验。

5. 家具选择

家具是家居环境中不可或缺的一部分,对于老年人来说更是如此。设计师在选择家具时,应充分考虑老年人的身体状况和心理需求。例如,选择稳固、舒适的座椅和床铺,保证老年人的坐姿和睡姿舒适;选择易于清洁、防滑的地面材料,确保老年人的

行走安全。同时,家具的款式和颜色也应与整体家居风格相协调,营造出和谐、美观的家居环境。此外,设计师还可以根据老年人的兴趣爱好和个性特点,为他们定制独特的家具作品,让他们的家居环境更加符合自己的心理需求。

(三) 适老家居环境设计应注意的问题

1. 避免过度设计

在为老年人设计家居环境时,应避免过度复杂或花哨的设计。老年人的审美观念往往更加倾向于简洁、实用和经典。过多的装饰和复杂的设计元素可能会让他们感到混乱和不安。因此,设计师应以简洁、清晰的设计理念为主,确保家居环境的舒适性和实用性。

2. 尊重老年人的个性和喜好

每个老年人都有自己独特的个性和喜好。在设计家居环境时,设计师应充分尊重老年人的选择和意愿,了解他们的兴趣爱好和生活习惯,从而为他们打造一个既实用又符合他们心理需求的家居环境。这不仅能够提高老年人的生活质量,还能够增强他们的归属感和幸福感。

3. 保持家居环境的整洁与卫生

对于老年人来说,保持家居环境的整洁与卫生至关重要。设计师在选择家具和装修材料时,应考虑到易清洁和防污染的需求。在此基础上,设计师在进行家居环境设计时,还可以为老年人提供一些实用的清洁工具和设备,帮助他们更轻松地维护家居环境的卫生状况。

4. 考虑未来变化的可能性

随着年龄的增长,老年人的身体状况和需求可能会发生变化。因此,在设计家居环境时,设计师应考虑到未来变化的可能性,为家居环境留出一定的改造和升级空间。这可以帮助老年人在未来更好地适应自己身体和生活需求的变化,保持家居环境的舒适性和实用性。

5. 充分的细节考虑

室温、室内照明、家具材料和各种小装饰元素都是需要解决的细节,充足的光温空间和软感应材料可以增强老年人在家的舒适度。家里的人口老龄化增加了他们交流的欲望,也增加了他们在私人区域的隐私需求。创造邻里空间和环境,例如老年人最喜欢的棋牌区和半开放阳台,可以增加老年人的愉快情绪,减少他们的孤独感。

三、结束语

在进行老年人家居环境设计时,设计师应关注老年人的心理健康,将家居设计心理学的理论和实践放入老年人的家居生活环境中,进而去提升老年人的生活幸福感和满足感,以实现老年人身心的全面健康,提高老年人的家居幸福感。

参考文献:

- [1] 曹卫中. 智能化失能老人室内家居环境设计分析 [J]. 鞋类工艺与设计, 2023, 3 (19): 108-110.
- [2] 耿子桐. 老龄化背景下适老家居环境设计研究 [D]. 吉林大学, 2023.
- [3] 燕雪婷, 王奕璇, 刘军呈, 等. 设计心理学视角下老年家居环境设计分析 [J]. 住宅与房地产, 2021 (15): 62-63+70.
- [4] 武小静, 逸升, 胡勇超, 等. 智能化失能老人室内家居环境设计研究 [J]. 轻工科技, 2020, 36 (02): 89-90+94.
- [5] 彭融. 老龄化背景下的适老性家居环境设计 [J]. 艺术品鉴, 2019 (32): 235-236.
- [6] 徐榕泽. 基于心理需求的老年家居环境设计研究 [J]. 明日风尚, 2019 (10): 21.